



Séminaire de Yoga du Cachemire **Marie-Claire REIGNER & Eric BARET**

Week-end 03 & 04 avril 2021
En ligne via Zoom

Marie-Claire REIGNER

Dans le yoga du Cachemire, les asanas sont des moments privilégiés pour pressentir la tranquillité au cœur de la vie. Nous explorons la variété des couches tactiles qui composent notre corps. De l'opacité à la transparence, de la lourdeur à la légèreté, cette approche basée sur la tradition du *Vijnana Bhairava Tantra* utilise l'extrême richesse de la perception sensorielle pour se libérer des restrictions corporelles, reflets de nos limites psychologiques. Cette investigation ne se perd pas dans la recherche d'une liberté future, mais accentue la prise de conscience de l'intensité ici et maintenant. Cette écoute sans attente est le cœur de ce yoga.

Marie-Claire enseigne le yoga du Cachemire transmis par Eric Baret depuis 20 ans. Certifiée en techniques FM Alexander et M. Feldenkrais, elle utilise ces approches globales pour faciliter la pratique traditionnelle du yoga. Plus d'infos : yogaducachemire.fr

Eric BARET

Sans études ni culture, Eric Baret ne possède aucune compétence particulière. Ayant été touché par la tradition non duelle à travers l'enseignement de Jean Klein, il propose de se donner à l'écoute sans but ni profit.

Horaires

Samedi 03 & dimanche 04 avril 2021

10h00 - 12h00 & 15h30 - 18h00 / Pratique et questions-réponses avec Marie-Claire Reigner

18h30 - 20h00 / Questions-réponses avec Eric Baret

Tarifs

140 € le week-end ou 75 € la journée

Inscription

Le règlement est à envoyer par virement à Marie-Claire Reigner

IBAN FR 58 2004 1000 01 40 5460 8N02 022 / BIC : PSSTFRPPPAR

Pour valider votre inscription, merci de nous joindre votre attestation de virement à retourner avec le bulletin rempli, attaché à l'email : mirjana.ledran@gmail.com / Contact : [06 23 09 07 76](tel:0623090776)

.....
Nom : Prénom : Téléphone : Ville :
Adresse : Code postal :
E-mail :

- 1- Samedi 03 juin 2021
2- Dimanche 04 juin 2021

Date : Date du virement :
.....

L'adresse du séminaire, les liens Zoom, les informations complémentaires vous seront envoyés suite à votre inscription.
Les chèques d'arrhes doivent impérativement être libellés au nom des participants ou de leur association.